

# Fiches des contrôles périodiques

Nom \_\_\_\_\_ Age \_\_\_\_\_

*Merci pour votre coopération*

| DATE | DATE |
|------|------|
|      |      |
|      |      |
|      |      |
|      |      |
|      |      |
|      |      |
|      |      |

 Association  
**Il Ritrovo di Roberta ITALY**



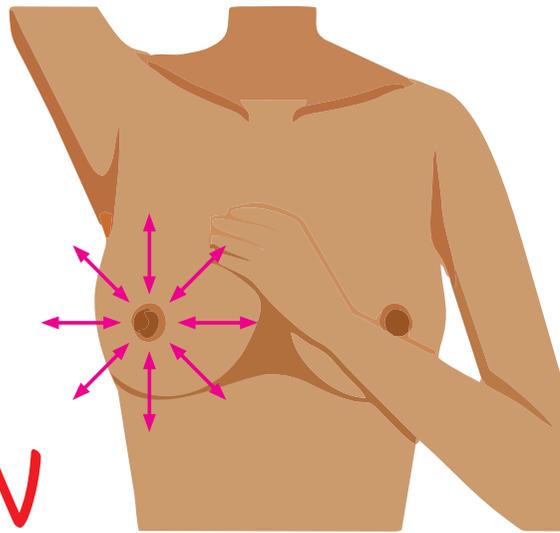
 Association  
**Il Ritrovo di Roberta ITALY**

## GUIDE DE PREVENTION



*Comme femme et comme mère*

**TU dois te PROTÉGER!!**  
**TU es le centre de ta FAMILLE** ❤️



## ATTENTION

- On peut guérir si l'on identifie à temps la maladie.
- En te protégeant toi-même, tu protèges tes enfants
- Le silence peut te tuer!!

*Affronte le problème avec les autres!*

*Qui contacter:*

---

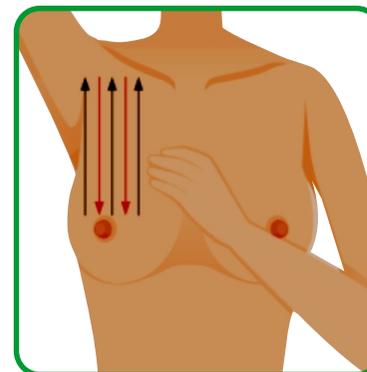
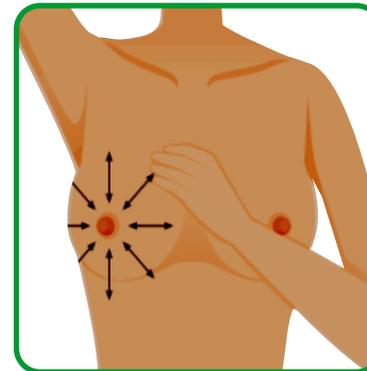
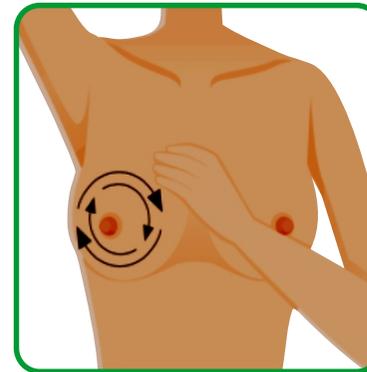
---

---

---

## IMPORTANT INSTRUCTIONS

*Quand effectuer  
l'auto-examen  
des seins:*



- Pour les femmes en âge de procréer, l'autopalpation doit être effectuée sept jours après la fin des règles
- Pour les femmes en ménopause, l'autopalpation doit être faite une fois par mois et toujours le même jour.

Au cas où tu remarquerais des variations de forme, de couleur ou de dimension des seins, consulte immédiatement un médecin.

*La prévention est  
la première victoire!!*